

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

100 m

12,66		Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	02.06.00	Moers
12,84	-0,6	Rehwald, Anja	66	TV Voerde	04.08.01	Essen
13,17	+1,1	Ridderskamp, Pia	68	TV Voerde	23.05.04	Mönchengladbach
13,26	+0,4	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	20.09.97	Recklinghausen
*13,36		Noll, Ellen	55	VfL Repelen	29.08.92	Erkelenz
13,64	+1,8	Morr, Michaela	67	TG 56 Mülheim	02.06.02	Erkelenz
13,69	+0,3	Feierabend, Trixi	68	TV Voerde	19.06.04	Kevelaer
13,72	+1,1	Friedrich, Annamaria	80	Rumelner TV	11.07.15	Zittau
13,86	*	Büngener, Ulrike	53	Styrumer TV	01.07.89	Ludwigshafen
13,97	+0,5	Dohnt, Sabine	62	TV Moers	16.05.98	Rhede

13,97	+0,0	Stevic, Nora	78	LAV Oberhausen	05.09.15	Kevelaer
14,16	-0,2	Jaspert, Alessa	86	Turnerschaft MH-Saarn	18.06.23	Mülheim
14,22		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	13.06.97	Wesel
14,42		Heppner, Nicole	71	TV Wanheimerort	21.07.06	Paris/FRA
14,56	+1,9	Verhalen, Stephanie	87	SV Viktoria Goch	06.07.25	Wassenberg
14,58		Zemek, Beatrice	69	TV Voerde	03.06.05	Wesel
14,67	+0,0	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	24.08.22	Grefrath
14,68		Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	23.08.97	Goch
14,69	+1,1	Rohr, Bea	84	SuS 09 Dinslaken	07.05.23	Viersen
14,76		Helke, Christel	56	LG Hünxe	14.06.95	Wesel

mit unzulässigem Rückenwind:

13,59	+2,7	Morr, Michaela	67	TG 56 Mülheim	25.05.03	Essen
14,60	+2,4	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	28.08.21	Düsseldorf
14,73	+2,7	Kwekkeboom, Anke	76	TEAM Niederrhein	22.09.12	Duisburg

Handzeitnahme:

12,9		Noll, Ellen	55	VfL Repelen	13.06.92	Erkelenz
13,1	+1,1	Ridderskamp, Pia	68	TV Voerde	19.07.03	Erkelenz
13,4		Sander, Maria	24	SuS 09 Dinslaken	14.09.63	Dinslaken
13,4		Büngener, Ulrike	53	Styrumer TV	17.06.88	Königswinter
13,6		Hüttermann, Gabriele	53	LG Hünxe	31.08.91	Kamp
13,8		Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	07.08.93	Krefeld
13,8		Dohnt, Sabine	62	Moerser TV	01.05.98	Moers
13,9		Pfeifer, Sabine	56	LG Hünxe	16.06.94	Düsseldorf
14,1		Reimer, Waltraud	41	Styrumer TV	05.06.80	Leverkusen
14,1		Schrader, Jutta	59	Homberger TV	02.06.94	Duisburg

14,2		Künstler, Hiltrud	60	SV Straelen	14.08.99	Goch
14,2		Heppner, Nicole	71	TV Wanheimerort	09.09.06	Duisburg
14,3		Eisenhut, Hildegard	43	Styrumer TV	05.06.80	Leverkusen
14,4		Tenbrink, Irene	39	TV Elten	28.05.78	Emmerich
14,4		Krentschner, Edith	52	SV Nütterden	10.09.89	Goch
14,4		Telske, Martina	61	VfL Merkur Kleve	27.06.98	Rheurd
14,5		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	24.06.95	Rheydt

200 m

26,51	-1,5	Rehwald, Anja	66	TV Voerde	12.08.01	Chemnitz
26,72	+1,0	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	11.06.98	Kevelaer
27,21	+1,6	Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	18.05.14	Emmerich
27,62	*	Noll, Ellen	55	VfL Repelen	23.08.92	Hagen
27,65	*	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	10.06.93	Wipperfürth
27,85	+0,5	Ridderskamp, Pia	68	TV Voerde	29.07.04	Aarhus/DEN
28,51	-0,2	Dohnt, Sabine	62	TV Moers	12.07.98	Konstanz
28,64	+0,0	Friedrich, Annamaria	80	Rumelner TV	02.07.17	Zittau
28,67	*	Büngener, Ulrike	53	Styrumer TV	02.07.89	Ludwigshafen
28,92		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	03.08.96	Uerdingen

29,28		Traczuk, Angelika	52	TV Walsum-Aldenrade	25.07.87	Essen
29,34	+0,0	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	17.09.23	Sonsbeck
29,40	*	Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	23.08.92	Hagen
29,56	+1,6	Stevic, Nora	78	LAV Oberhausen	17.05.14	Essen
30,00		Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	24.09.99	Duisburg

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

200 m

Fortsetzung

30,34		Zemek, Beatrice
30,48	+0,3	Verhalen, Stephanie
31,48		Walinski, Sabine
31,70	-0,6	Kwekkeboom, Anke

mit unzulässigem Rückenwind:

27,36	+2,2	Ridderskamp, Pia
28,25	+2,9	Dohnt, Sabine
31,37	+2,1	Kwekkeboom, Anke

Handzeitnahme:

27,5		Noll, Ellen
27,6		Haardt, Marita
29,3		Traczuk, Angelika
29,4		Büngener, Ulrike
29,5		Schwarz, Ursula
29,5		Lindau, Anke
29,8		Koppe, Edith
31,1		Kleibrink, Elke
31,5		Walinski, Sabine

69	TV Voerde
87	SV Viktoria Goch
59	TSV Viktoria Mülheim
76	TEAM Niederrhein

03.06.05	Wesel
07.05.25	Grefrath-Oedt
26.04.97	Essen
29.06.12	Duisburg

68	TV Voerde
62	TV Moers
76	TEAM Niederrhein

23.05.04	Mönchengladbach
16.05.98	Rhede
22.09.12	Duisburg

55	VfL Repelen
62	TV Wanheimerort
52	TV Walsum-Aldenrade
53	TG 56 Mülheim
20	Duisburg 48/99
63	TV Eppinghofen
54	SuS 09 Dinslaken
55	Styrumer TV
59	TSV Viktoria Mülheim

13.06.92	Erkelenz
15.06.00	Duisburg
03.09.88	Hilden
03.08.91	Erkelenz
16.07.55	Duisburg
30.09.00	Mülheim
20.05.92	Oedt
15.08.92	Krefeld
27.06.98	Aachen

400 m

58,56		Zoll, Esther
59,88		Flören, Silke
62,69		Schroller, Karin
63,25		Koppe, Edith
63,66		Traczuk, Angelika
63,71		Korsch, Silvia
71,70		Priebe-Bäumer, Sabrina

Handzeitnahme:

63,8		Koppe, Edith
63,8		Korsch, Silvia
63,8		Schroller, Karin
71,5		Tohermes, Gabriele

62	Eintracht 48 Duisburg
79	SV Viktoria Goch
58	LG Hünxe
54	SuS 09 Dinslaken
52	TV Walsum-Aldenrade
58	SV Viktoria Goch
80	DJK Lowick

22.06.97	Dortmund
11.07.14	Erfurt
06.07.96	Hagen
10.08.91	Ludwigshafen
29.08.87	Essen
16.05.93	Kevelaer
22.05.19	Dortmund

54	SuS 09 Dinslaken
58	SV Viktoria Goch
58	LG Hünxe
56	LG Hünxe

15.09.90	Willich
31.05.95	Grefrath
29.05.96	Oedt
29.06.94	Düsseldorf

800 m

2:12,11		Zoll, Esther
2:18,17		Zemek, Beatrice
2:20,8		Traczuk, Angelika
2:21,68		Korb, Birgit
2:21,80		Koppe, Edith
2:22,92		Schroller, Karin
2:23,15		Korsch, Silvia
2:23,31		Flören, Silke
2:24,87		Hanner Dr., Elisabeth
2:26,92		Schoofs, Erika

62	Eintracht 48 Duisburg
69	TV Voerde
52	SuS 09 Dinslaken
56	TV Moers
54	SuS 09 Dinslaken
58	LG Hünxe
58	SV Viktoria Goch
79	SV Viktoria Goch
66	TV Moers
66	TSV Weeze

10.07.98	Konstanz
08.07.05	Schweinfurt
05.06.88	Moers
24.05.92	Rhede
09.08.91	Ludwigshafen
20.09.97	Recklinghausen
25.05.95	Kevelaer
29.06.18	Mönchengladbach
01.05.02	Viersen
15.05.02	Grefrath

2:29,61		Skodinsky, Gisela
2:39,6		Kroiher, Trudy
2:40,75		Priebe-Bäumer, Sabrina
2:45,6		Tohermes, Gabriele
2:47,1		Mikolaiczak, Karin
2:49,39		Stevic, Nora
2:51,1		Koop, Maria
2:52,59		Hör, Sabrina
2:53,9		Sengutta, Karin
2:55,3		Haardt, Marita

58	ASV Duisburg
46	Marathon Dinslaken
80	DJK Lowick
56	LG Hünxe
44	LG Bottrop
78	DJK SG Tackenberg
44	LG Hünxe
84	Moerser TV
50	LG Hünxe
62	TV Wanheimerort

19.08.94	Berlin
10.06.82	Aachen
30.06.19	Kevelaer
16.06.94	Düsseldorf
01.09.79	Bottrop
05.09.15	Kevelaer
03.09.83	Duisburg
07.05.23	Sonsbeck
25.05.89	Gelsenkirchen
16.06.00	Duisburg

2:55,3		Rühl, Christel
--------	--	----------------

42	Styrumer TV	18.05.80	Mülheim
----	-------------	----------	---------

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

1500 m

4:32,75	Klein-Arndt, Melanie	75	Laufgem. Mülheim	01.09.11	Berg. Gladbach
4:43,95	Hanner Dr., Elisabeth	66	TV Moers	02.06.02	Erkelenz
4:45,70	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	15.08.98	Moers
4:47,10	Korb, Birgit	56	TV Moers	31.05.92	Wesel
4:48,18	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	16.06.91	Erkelenz
4:49,93	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	02.06.02	Erkelenz
4:52,15	Traczuk, Angelika	52	TV Walsum-Aldenrade	19.07.87	München
5:04,9	Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	18.09.90	Ratingen
5:06,09	Skodinsky, Gisela	58	ASV Duisburg	21.08.94	Berlin
5:12,7	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	05.09.97	Oberhausen
5:21,98	Hesselmann, Rita	55	SuS 09 Dinslaken	28.05.92	Hilden
5:31,0	Kühn, Erika	40	Ski-Klub Duisburg	27.04.75	Duisburg
5:31,93	Lohaus, Nicole	82	TuS Xanten	16.05.18	Dortmund
5:35,22	Priebe-Bäumer, Sabrina	80	DJK Lowick	19.05.19	Wageningen/NED
5:43,6	Thissen, Helga	52	TSV Weeze	27.05.89	Kevelaar
5:57,9	Tohermes, Gabriele	56	LG Hünxe	29.09.95	Oberhausen
6:07,66	Wochnik, Corinne	86	LAV Oberhausen	29.08.21	Düsseldorf

3000 m

9:55,40	Hanner, Elisabeth	66	TV Moers	27.06.02	Hengelo/NED
9:55,84	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	30.05.92	Wesel
10:05,05	Klein-Arndt, Melanie	75	Laufgem. Mülheim	18.08.11	Berg. Gladbach
10:18,56	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	30.05.01	Grefrath
10:37,9	Traczuk, Angelika	52	TV Walsum-Aldenrade	03.07.87	Mönchengladbach
10:52,7	Skodinsky, Gisela	58	ASV Duisburg	13.09.94	Ratingen
11:00,96	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	25.04.18	Duisburg
11:15,3	Koop, Maria	44	LG Hünxe	02.06.83	Troisdorf
11:16,0	Kroiher, Trudy	46	Marathon Dinslaken	18.04.82	Dinslaken
11:17,5	Hesselmann, Rita	55	SuS 09 Dinslaken	05.09.92	Essen
11:38,5	Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	02.05.92	Walsum
11:51,3	Mellinghoff, Elke	56	Homberger TV	15.06.94	Grefrath
11:52,3	Korb, Birgit	56	TV Moers	04.09.94	Homburg
11:54,09	Meckel, Tina	81	ASV Duisburg	04.07.18	Oedt
11:54,0	Boland, Krimhilde	46	GW Flüren	12.09.82	Wesel
11:58,09	Priebe-Bäumer, Sabrina	80	DJK Lowick	22.05.19	Dortmund
12:00,7	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	10.05.96	Mülheim
12:01,2	Komowski, Johanna	67	TSV Viktoria Mülheim	28.04.02	Mülheim
12:26,00	Thissen, Helga	52	TSV Weeze	14.06.91	Kevelaar
12:26,1	von Czerninski, Sigrid	53	Styrumer TV	11.06.88	Mülheim

5000 m

17:06,90	Hanner Dr., Elisabeth	66	TV Moers	06.07.02	Bochum
17:24,1	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	30.06.92	Ratingen
17:40,56	Klein-Arndt, Melanie	75	Laufgem. Mülheim	11.05.11	Grefrath
17:41,24	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	16.04.16	Oberhausen
18:04,67	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	30.05.01	Essen
18:28,35	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	07.09.22	Dessau-Roßlau
18:47,75	Traczuk, Angelika	52	TV Walsum-Aldenrade	02.09.87	Dormagen
19:07,9	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	17.05.06	Mülheim
19:12,1	Koop, Maria	44	LG Hünxe	07.09.83	Walsum
19:18,24	Nasfi, Susanne	66	Marathon Dinslaken	05.06.02	Grefrath
19:23,1	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	25.05.97	Essen
19:38,2	Nowak, Angelika	55	Spvgg.Sterkrade-Nord	28.04.90	Oberhausen
19:39,04	Gesthuysen, Christiane	86	LG Alpen	07.05.25	Grefrath-Oedt
19:49,68	Hesselmann, Rita	55	SuS 09 Dinslaken	01.05.92	Kevelaar
19:57,33	Krallmann-Brüll, Petra	67	ASV Duisburg	31.05.06	Grefrath
19:58,8	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	03.06.88	Köln
19:59,4	Schneider, Monika	58	Spvgg.Sterkrade-Nord	01.07.95	Oberhausen
20:33,8	Köppern, Antje	65	FC Moers-Meerfeld	01.06.01	Wesel
20:35,49	Meckel, Tina	81	ASV Duisburg	12.09.18	Düsseldorf
20:36,3	Reichmann, Gisela	55	LG Hünxe	07.05.94	Willich

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

10.000 m

36:48,2	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	12.05.91	Aachen
37:55,8	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	09.04.03	Weeze
38:44,04	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	11.04.18	Duisburg
39:19,4	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	15.09.04	Goch
40:51,15	Gesthuysen, Christiane	86	LG Alpen	01.10.25	Duisburg
41:00,7	Komowski, Johanna	67	TSV Viktoria Mülheim	13.09.02	Mülheim
41:03,3	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	24.06.03	Duisburg
41:03,48	Hesselmann, Rita	55	SuS 09 Dinslaken	27.08.92	Berg.-Gladbach
41:10,3	Kroon, Petra	67	ASV Duisburg	11.06.02	Duisburg
41:25,0	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	17.02.89	Essen
41:32,9	Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	31.07.93	Essen
42:23,7	Getz, Bärbel	49	TV Wesel	30.07.87	Wesel
42:28,6	Riesner, Ulla	60	Adler Bottrop	22.08.98	Oberhausen
42:34,6	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	16.06.98	Duisburg
42:51,0	Traczuk, Angelika	52	TV Walsum-Aldenrade	05.09.87	Oberhausen
43:02,5	Naß, Martina	67	Leichtathletik Nütterden	13.04.05	Goch
43:12,8	Schmiedel, Christiane	64	Marathon Mülheim	16.05.03	Mülheim
43:27,04	Meckel, Tina	81	ASV Duisburg	19.09.18	Düsseldorf
44:11,7	Thissen, Helga	52	TSV Weeze	09.06.89	Weeze
44:45,0	Meyer, Gisela	53	LV Marathon Kleve	24.04.91	Kleve

5 km Strasse

ausgetragen seit 01.04.2018

17:48	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	16.09.22	Xanten
17:58	Groß-Hardt, Jana	88	SF 97/30 Lowick	01.09.24	Düsseldorf
18:36	Gottwald, Judith	85	LV Marathon Kleve	13.09.24	Xanten
18:52	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	29.05.19	Sonsbeck
19:27	Gesthuysen, Christiane	86	LG Alpen	04.05.25	Schermbeck
19:53	Terweiden, Christine	81	TV Goch	31.12.18	Pfalzdorf
20:15	Tooten, Judith	86	LG Alpen	07.09.25	Wachtendonk
20:23	van Hüüt, Annika	90	LG Alpen	18.06.25	Alpen
20:34	Meckel, Tina	81	ASV Duisburg	07.07.18	Alpen
20:59	ten Lohuis, Lisa	90	SF 97/30 Lowick	03.05.25	Bocholt
21:12	Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	05.05.18	Bocholt
21:31	Verheyen, Barbara	83	LG Alpen	25.05.22	Sonsbeck

10 km Straße

ausgetragen seit 1994

36:40	Groß-Hardt, Jana	88	SF 97/30 Lowick	04.05.24	Bocholt
36:43	Hanner Dr., Elisabeth	66	TV Moers	23.09.01	Troisdorf
36:47	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	25.05.22	Sonsbeck
37:04	Klein-Arndt, Melanie	75	Laufgem. Mülheim	24.09.11	Duisburg
37:26	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	09.03.03	Leverkusen
37:30	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	23.11.19	Essen
37:58	Gottwald, Judith	85	LV Marathon Kleve	23.03.24	Duisburg
38:29	Möller, Antje	69	ASV Duisburg	04.03.07	Leverkusen
38:30	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	09.06.01	Duisburg
39:18	Nasfi, Susanne	66	Marathon Dinslaken	03.07.04	Kevelaer
39:23	van Hüüt, Annika	90	LG Alpen	19.01.25	Porz
39:26	Tooten, Judith	86	LG Alpen	16.09.22	Xanten
39:29,5	Koop, Maria	44	LG Hünxe	17.04.82	Kerpen
39:31	Loeb, Stefanie	74	ASV Duisburg	21.03.10	Dinslaken
39:49	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	07.05.97	Sonsbeck
39:49	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	27.09.03	Grefrath
39:53	Gesthuysen, Christiane	86	LG Alpen	31.12.25	Pfalzdorf
40:05	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	14.10.06	Mülheim
40:34	Palazzo, Nadia	73	ASV Duisburg	27.06.09	Duisburg
40:36	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	11.09.99	Hamburg

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

10 km Straße Mannschaft

2:06:51	TSV Weeze			10.10.04	Kranenburg
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	39:31		
	Born, Michaela	63	41:50		
	Voss, Maria	55	45:30		
2:08:48	Marathon Dinslaken			12.02.06	Herten
	Sonnenschein, Kirsten	63	42:04		
	Keuten, Manuela	61	42:54		
	Koop-Törkel, Gabriele	69	43:50		
2:10:48	TSV Weeze			22.06.03	Goch
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	38:49		
	Voss, Maria	55	44:00		
	Krepp, Margret	68	47:59		
2:11:28	Marathon Mülheim			01.03.03	Mönchengladbach
	Schmiedel, Christiane	64	41:24		
	Kießler, Ursula	52	44:48		
	Fiedler, Manuela	67	45:16		
2:11:38	TSV Weeze			25.09.05	Kranenburg
	Schoofs, Erika	66	42:32		
	Born, Michaela	63	43:34		
	Voss, Maria	55	45:32		
2:12:21	Marathon Dinslaken			13.02.05	Herten
	Sonnenschein, Kirsten	63	42:04		
	Keuten, Manuela	61	43:30		
	Koop-Törkel, Gabriele	69	46:47		
2:14:36	Laufgemeinschaft Mülheim			29.09.02	Dinslaken
	Schmid, Petra	65	43:33		
	Jaeger, Ulrike	60	44:50		
	Packroß, Barbara	54	46:13		
2:14:55	TV Walsum-Aldenrade			29.09.96	Dinslaken
	Halfmann, Bärbel	55	37:53		
	Kolodziey, Renate	60	47:48		
	Kohlhöfer, Anette	57	49:14		
2:18:43	Leichtathletik Nütterden			17.06.12	Goch
	Schoemakers, Gabi	76	42:47		
	Hendricks, Martina	73	47:34		
	Josten	67	48:22		
2:19:05	Laufgemeinschaft Mülheim			09.10.99	Mülheim
	Krause, Anna	57	45:48		
	Engels, Hedwig	52	46:00		
	Jaeger, Ulrike	60	47:17		

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

Halbmarathon

ausgetragen seit 1993

1:19:25	Groß-Hardt, Jana	88	SF 97/30 Lowick	23.03.24	Duisburg
1:21:15	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	24.04.22	Hamburg
1:21:35	Gottwald, Judith	85	LV Marathon Kleve	17.10.21	Hamburg
1:22:08	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	04.11.01	Verl
1:22:09	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	23.05.94	Weeze
1:23:32	Möller, Antje	69	ASV Duisburg	21.05.06	Voerde
1:24:28	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	07.04.18	Nunspeet/NL
1:27:47	Köppern, Antje	65	TEAM Niederrhein	20.10.02	Geilenkirchen
1:27:48	van Hüüt, Annika	90	LG Alpen	30.03.25	Venlo
1:27:56	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	28.03.04	Kranenburg
1:27:59	Tooten, Judith	86	LG Alpen	25.03.23	Duisburg
1:28:00	Nasfi, Susanne	66	Marathon Dinslaken	19.09.04	Schermbeck
1:28:02	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	04.06.01	Weeze
1:28:23	Beier, Silke	71	ASV Duisburg	29.04.07	Duisburg
1:29:35	Paetsch, Gaby	60	SV Neukirchen	01.04.95	Nütterden
1:29:35	Gesthuysen, Christiane	86	LG Alpen	27.04.25	Düsseldorf
1:30:37	Riesner, Ursula	60	Adler Bottrop	15.02.98	Bertlich
1:30:52	Wozny, Anette	64	TuS Haffen-Mehr	12.06.00	Weeze
1:31:23	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	09.04.05	Duisburg
1:32:02	Schmiedel, Christiane	64	Marathon Mülheim	23.03.03	Nütterden

Halbmarathon Mannschaft

4:31:34	TSV Weeze			13.03.05	Ohrdruf
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	1:27:17		
	Schoofs, Erika	66	1:29:29		
	Born, Michaela	63	1:34:48		
4:32:48	TSV Weeze			09.06.03	Weeze
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	1:24:39		
	Schoofs, Erika	66	1:31:05		
	Voss, Maria	55	1:37:04		
4:34:18	TSV Weeze			31.05.04	Weeze
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	1:25:58		
	Schoofs, Erika	66	1:31:27		
	Voss, Maria	55	1:36:53		
4:44:00	SV Neukirchen			01.04.95	Kranenburg
	Paetsch, Gabi	60	1:29:35		
	Martin, Anneliese	55	1:34:02		
	Paetsch, Heidi	58	1:40:23		
4:48:21	Marathon Mülheim			23.03.03	Nütterden
	Schmiedel, Christiane	64	1:32:02		
	Kießler, Ursula	52	1:33:37		
	Fiedler, Manuela	67	1:42:42		
4:53:36	LG Alpen			25.03.23	Duisburg
	Tooten, Judith	86	1:27:59		
	van Hüüt, Christina	87	1:40:35		
	Gosebrink, Clara	86	1:45:02		
4:56:30	VfB Alemannia Pfalzdorf			25.03.01	Kranenburg
	Drop, Gabi	62	1:37:53		
	Neu, Gerda	61	1:38:39		
	Maiworm, Ruth	58	1:39:58		
4:57:50	Marathon Dinslaken			01.05.98	Flüren
	Knospe, Heike	59	1:34:42		
	Spelleken, Elli	39	1:39:22		
	Nißing, Andrea	57	1:43:46		
4:57:58	Marathon Dinslaken			20.05.02	Weeze
	Nasfi, Susanne	66	1:30:05		
	Keuten, Manuela	61	1:42:52		
	Spelleken, Elli	39	1:45:01		
5:07:03	LG Mülheim			27.03.04	Duisburg
	Schmid, Petra	65	1:38:12		
	Krause, Anna	57	1:38:41		
	Engels, Hedwig	52	1:50:10		

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

Marathonlauf

2:48:38	Fierek, Carina	83	TuS Xanten	09.10.22	Eindhoven/NED
2:50:31	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	19.09.92	Duisburg
2:52:14	Hanner Dr., Elisabeth	66	TV Moers	28.10.01	Frankfurt/M
2:53:12	Groß-Hardt, Jana	88	SF 97/30 Lowick	06.04.25	Hannover
2:56:18	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	30.04.00	Duisburg
2:56:28	Böttcher, Angelika	49	Eintracht 48 Duisburg	24.04.88	Hamburg
2:56:30	Möller, Antje	69	ASV Duisburg	30.04.06	Duisburg
2:58:48	Köppern, Antje	65	TEAM Niederrhein	25.08.02	Potsdam
3:04:59	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	07.10.01	Köln
3:06:20	van Hüüt, Annika	90	LG Alpen	27.04.25	Hamburg
3:08:30	Boland, Krimhild	46	GW Flüren	23.05.82	Frankfurt
3:09:24	aus der Fünten, Karen	72	TG 56 Mülheim	24.04.08	London/GBR
3:10:46	Hübers, Marion	49	GW Flüren	24.04.88	Hamburg
3:12:43	Koop, Maria	44	LG Hünxe	22.10.83	Essen
3:13:23	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	08.05.05	Düsseldorf
3:13:31	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	21.05.89	Hamburg
3:14:13	Nasfi, Susanne	66	Marathon Dinslaken	10.10.04	Essen
3:15:21	Tooten, Judith	86	LG Alpen	11.06.23	Duisburg
3:15:55	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	28.09.97	Berlin
3:16:34	Kroiher, Trudy	46	Marathon Dinslaken	27.03.82	Rheydt
3:16:34	Wanders, Gilda	53	SV Nütterden	21.05.89	Hamburg

Marathon Mannschaft

9:28:43	ASV Duisburg			30.04.06	Duisburg
	Möller, Antje	69	2:56:30		
	Gaspercic, Martina	66	3:09:52		
	Krallmann-Brüll, Petra	67	3:22:21		
9:48:42	ASV Duisburg			29.04.07	Duisburg
	Möller, Antje	69	3:02:57		
	Krallmann-Brüll, Petra	67	3:19:13		
	Kons, Nicole	74	3:26:32		
9:59:52	TV Wesel			23.05.93	Hamburg
	Hübers, Marion	49	3:16:46		
	Gärtner, Brigitte	57	3:21:12		
	Leiting, Karin	52	3:21:54		
10:07:52	Laufgemeinschaft Mülheim			08.05.05	Düsseldorf
	Komowski, Johanna	67	3:13:23		
	Schmid, Petra	65	3:23:28		
	Krause, Anna	57	3:31:01		
10:19:14	SV Neukirchen			30.04.95	Hamburg
	Orzechowski, Gabriele	60	3:22:23		
	Martin, Anneliese	55	3:26:12		
	Böing, Ursula	56	3:30:39		
10:31:47	Laufgemeinschaft Mülheim			02.04.06	Bonn
	Komowski, Johanna	67	3:19:31		
	Schmücker, Jasmin	59	3:31:27		
	Krause, Anna	57	3:40:49		
10:36:50	LC Duisburg			27.05.01	Duisburg
	Schunk, Doris	50	3:22:05		
	Bender, Susanne	63	3:29:14		
	Hamm, Annette	63	3:46:51		
10:39:31	TV Wesel			26.05.9	Hamburg
	Hübers, Marion	49	3:15:04		
	Leiting, Karin	52	3:24:35		
	Roesner, Angelika	47	3:59:52		

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

Marathon Mannschaft

Fortsetzung

10:41:44	SV Neukirchen			18.10.92	Essen
	Martin, Anneliese	55	3:28:41		
	Böing, Ursula	56	3:33:40		
	Pohl, Gaby	51	3:39:23		
10:43:43	Laufgemeinschaft Mülheim			22.09.96	Duisburg
	Krause, Anna	58	3:25:19		
	Stahr, Claudia	59	3:28:36		
	Engels, Hedwig	w40	3:49:58		

100 km Straße

9:21:44	Gedig, Kerstin	65	LC Duisburg	17.06.00	Biel/SUI
10:23:56	Tegatz, Anja	74	LC Duisburg	13.04.13	Kienbaum
10:24:31	Rohr, Anja	71	ADLER Langlauf Bottrop	29.04.06	Rodenbach
14:23:00	Paetsch, Heidi	58	TV Moers	05.06.93	Biel/SUI

100 m Hürden

10 Hürden - 84,0 cm hoch - 13,00 m Anlauf - 8,50 m Abstand - 10,50 m Auslauf ausgetragen seit 1968

17,13	+1,4	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	20.05.23	Rhede
Handzeitnahme:						
14,8		Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	15.06.00	Duisburg
16,9		Lindau, Anke	63	TV Eppinghofen	30.09.00	Mülheim
21,3		Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	26.09.76	Kamp-Lintfort

4 x 100 m Staffel

54,82		TV Voerde			26.05.05	Leverkusen
		Ciesielski	67			
		Ridderskamp, Pia	68			
		Feierabend, Trixi	68			
		Zemek, Beatrice	69			
55,29		StG Bedburg-Dinslaken-Goch			26.08.23	Troisdorf
		Zolper, Simone	76	B		
		Siemer, Eva	83	B		
		Flören, Silke	79	G		
		Kraienhorst, Alexandra	86	B		
57,98		StG Bedburg-Dinslaken-Goch II			07.05.23	Viersen
		Steindor, Katrina	85	D		
		Wegener, Tina	87	D		
		Rohr, Bea	84	D		
		Dolata, Barbara	70	B		
58,12		LG Hünxe			13.06.97	Wesel
		Hüttermann, Gabriele	53			
		Schroller, Karin	58			
		Schadeck-Gressel, Claire	50			
		Helke, Christel	56			
69,29		StG Ruhrgebiet West			30.05.15	Oberhausen
		Blosen, Birgit	68	T		
		Sonnenburg, Antje	76			
		Wagner, Gaby	69	T		
		Winschermann, Andrea	67	T		

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

4 x 100 m Staffel

Handzeitnahme:

66,0	LG Hünxe		03.09.88	Drevenack
	Strych, Marlies	48		
	Benninghoff, Ulrike	49		
	Jäger, Rosemarie	52		
	Jellinek, Ingrid	47		
70,1	TEAM Niederrhein		06.06.03	Wesel
	Speicher, Birgit	64		
	Eul, Silke	63		
	Hoffmann, Angelika	67		
	Baumgärtner, Gabi	66		
74,6	Blau-Weiß Neuenkamp		02.09.01	Duisburg
	Rotter	55		
	Lo Bue, Gabriele	64		
	Lauer	55		
	Gust	55		

3 x 800 m Staffel

8:29,3	VfB Alemannia Pfalzdorf		27.06.93	Goch
	Hadwiger	55		
	Pier	54		
	Martens	56		
8:54,11	TSV Weeze		21.06.95	Kevelaer
	Derksen, Christa	55		
	Thissen, Helga	52		
	Borghs, Claudia	58		
9:03,96	DJK SG Tackenberg		22.04.12	Bottrop
	Timm, Sabine	68		
	Blosen, Birgit	68		
	Schlegelmilch, Katrin	73		
9:12,5	LG Hünxe		04.09.93	Oberhausen
	Tohermes, Gabriele	56		
	van Laak, Beate	53		
	Schadeck-Gressel, Claire	50		
10:13,1	TSV Weeze		28.08.96	Weeze
	Thissen, Helga	52		
	Derksen, Christa	55		
	Borghs, Claudia	58		

Hochsprung

1,68	Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	09.06.00	Wesel
1,64	Lindau, Anke	63	TV Eppinghofen	21.05.98	Duisburg
1,56	Ried, Petra	56	MSV Duisburg	16.06.91	Erkelenz
1,51	Knese, Hiltrud	59	Kevelaerer SV	07.05.94	Kevelaer
1,45	Stiller, Esther	62	Moerser TV	16.05.98	Rhede
1,43	Pagalies, Gertrud	20	Duisburg 48/99	17.07.55	Duisburg
1,43	Krentschner, Edith	52	SV Nütterden	09.09.90	Kleve
1,40	Friedrich, Annamaria	80	Rumelner TV	09.07.17	Viersen
1,36	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	06.05.23	Sonsbeck
1,36	Friemel, Ulrike	67	TV Wanheimerort	29.09.02	Duisburg
1,35	Zimmer, Anne	25	RW Oberhausen	20.08.61	Oberhausen
1,35	Beckert; Dagmar	44	Styrumer TV	18.05.80	Mülheim
1,35	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	21.09.88	Oberhausen
1,35	Andratschke, Martina	57	LAZ Wachtendonk	04.07.92	Rheurd
1,35	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	23.08.97	Goch
1,35	Rohr, Bea	84	SuS 09 Dinslaken	26.08.23	Troisdorf
1,32	Wirges, Annelie	62	TV Wanheimerort	08.05.97	KR-Uerdingen
1,31	Dicks, Irmgard	59	TSV 95/10 Nieukerk	18.06.94	Rheurd
1,28	Helke, Christel	56	LG Hünxe	16.06.94	Düsseldorf
1,28	Osterhans-Przbowski, Viola	65	TV Wanheimerort	04.06.04	Wesel

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

Stabhochsprung

2,90 Buhl, Yvonne 79 Weseler TV 17.05.15 Essen

Weitsprung

5,45 Boddenberg, Helene 36 TV Wanheim 20.08.72 Süchteln
5,38 Haardt, Marita 62 TV Wanheimerort 09.06.00 Wesel
5,12 * Noll, Ellen 55 VfL Repelen 12.05.94 Moers
5,04 Pekel, Helga 38 Alem. Kamp 24.09.75 Duisburg
4,95 -0,5 Hör, Sabrina 84 Moerser TV 04.09.21 Rhede
4,82 Knese, Hiltrud 59 Kevelaerer SV 12.05.94 Moers
4,81 * Büngener, Ulrike 53 Styrumer TV 02.07.89 Ludigshafen
4,77 Hüttermann, Gabriele 53 LG Hünxe 31.08.91 Kamp
4,77 +0,1 Jaspert, Alessa 86 Turnerschaft MH-Saarn 12.08.23 Mönchengladbach
4,74 Tenbrink, Irene 39 TV Elten 15.05.77 Emmerich

4,73 * Schrader, Jutta 59 Homberger TV 12.05.94 Moers
4,71 Künstler, Hiltrud 60 SV Straelen 14.08.99 Goch
4,70 Rimbach, Herta 47 OSC Rheinhausen 10.06.82 Aachen
4,69 Ehresmann, Ilse 34 TS Sterkrde 69 20.06.71 Duisburg
4,66 Dohnt, Sabine 62 Moerser TV 01.05.98 Moers
4,65 Baumann, Ruth 31 SuS 09 Dinslaken 06.10.66 Dinslaken
4,62 Eisenhut, Hildegard 43 Styrumer TV 18.05.80 Mülheim
4,58 Zietzschmann, Heidi 42 STV Hünxe 16.06.79 Hünxe
4,58 Korsch, Silvia 58 SV Viktoria Goch 12.06.93 Wachtendonk
4,58 Zoll, Esther 62 Eintracht 48 Duisburg 20.09.97 Recklinghausen

Dreisprung

10,66 Haardt, Marita 62 TV Wanheimerort 04.06.00 Duisburg
10,47 Lindau, Anke 63 TV Eppinghofen 04.06.00 Duisburg
9,03 +1,3 Jaspert, Alessa 86 Turnerschaft MH-Saarn 20.05.23 Rhede

mit unzulässigem Rückenwind:

9,75 +2,2 Jaspert, Alessa 86 Turnerschaft MH-Saarn 20.05.23 Rhede

Kugelstoß 4 kg

12,56 Dengel, Waltraud 32 VfL Hüttenheim 10.05.67 Duisburg
11,63 Sander, Maria 24 SuS 09 Dinslaken 02.08.59 Dinslaken
11,07 Pekel, Helga 38 Alem. Kamp 24.09.75 Duisburg
11,04 Steindor, Jessica 84 SuS 09 Dinslaken 12.08.22 Dinslaken
10,76 Baumann, Ruth 31 SuS 09 Dinslaken 06.10.66 Dinslaken
10,65 Haardt, Marita 62 TV Wanheimerort 02.06.00 Moers
10,35 Schirdewahn, Johanna 32 TV Moers 03.06.67 Repelen
10,12 Paashaus, Brigitte 48 Styrumer TV 14.05.83 Mülheim
10,12 Henka, Heidi 54 Alem. Kamp 12.08.89 Dinslaken
10,10 Theissen, Christel 51 MSV Duisburg 03.10.90 Heiligenhaus

10,07 Neervoort, Christine 53 Alem. Kamp 22.06.90 Kamp
9,99 Jaspert, Alessa 86 Turnerschaft MH-Saarn 18.06.23 Mülheim
9,94 de Haan, Edeltraud 50 LAC Oberhausen 21.09.85 Oberhausen
9,94 Tielsch, Stefanie 79 Weseler TV 04.06.16 Essen
9,79 Hartwich, Jana 90 TG 56 Mülheim 18.05.25 Wesel
9,75 Henschel, Gisela 50 GW Flüren 30.09.89 Flüren
9,56 Beier, Angela 50 Alem. Kamp 05.09.86 Dinslaken
9,52 van Bergen, Petra 71 TSV Nieukerk 28.06.06 Kerken
9,45 Tenbrink, Irene 39 TV Elten 15.05.77 Emmerich
9,45 Wirges, Annelie 62 TV Wanheimerort 13.05.99 Mönchengladbach

9,45 Lindau, Anke 63 TV Eppinghofen 02.10.00 Mülheim

Ewige Bestenliste

W35

Region Nord

Diskuswurf 1 kg

41,37	Dengel, Waltraud	32	VfL Hüttenheim	13.08.67	Gladbeck
41,24	Henka, Heidi	54	Alem. Kamp	27.05.89	Rhede
39,94	Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	02.06.83	Troisdorf
36,44	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	03.10.90	Heiligenhaus
35,06	Beier, Angela	50	Alem. Kamp	12.05.88	Wien/A
34,45	Meier, Kirsten	78	Rumelner TV	15.06.17	KR-Uerdingen
33,62	Baumann, Ruth	31	SuS 09 Dinslaken	28.08.66	Wesel
33,36	van Bergen, Petra	71	TSV Nieukerk	25.05.06	Mönchengladbach
32,98	Steindor, Jessica	84	SuS 09 Dinslaken	03.10.22	Gladbeck
31,50	Neervoort, Christine	53	Alem. Kamp	05.06.88	Moers
30,94	Tiensch, Stefanie	79	Weseler TV	07.05.16	Rhede
30,57	Schirdewahn, Johanna	32	TV Moers	03.06.67	Repelen
29,48	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.85	Oberhausen
28,47	Heibel, Marion	62	Styrumer TV	04.09.99	Mülheim
27,95	Fuchs, Nadine	84	SuS 09 Dinslaken	12.08.22	Dinslaken
27,88	Briese, Karla	38	TV Oberhausen	24.05.75	Dinslaken
27,80	Römmen, Hedi	57	TSV 95/10 Nieukerk	23.06.93	Kerken
27,39	Wirges, Annelie	62	TV Wanheimerort	13.05.99	Mönchengladbach
27,32	Römer, Heidi	57	LG Hünxe	18.06.94	Rheurdt
27,30	Zanders, Sigrid	40	SG Osterfeld	24.05.75	Dinslaken

Hammerwurf 4 kg

30,12	Tiensch, Stefanie	79	Weseler TV	20.05.17	Rhede
20,08	Niehaus-Garnica, Elizabeth	61	LAZ Rhede	27.05.98	Rhede
16,36	Domke, Renate	57	LG Hünxe	28.04.96	Dinslaken

Speerwurf 600 g

ausgetragen seit 1999

36,90	Tiensch, Stefanie	79	Weseler TV	10.09.17	Gladbeck
31,33	Jaspert, Alessa	86	TS Mülheim-Saarn	20.08.22	Duisburg
30,14	Sonnenburg, Antje	76	TV Wanheimerort	22.09.12	Duisburg
28,78	Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	22.06.00	Kevelaer
27,64	Hartwich, Jana	90	TG 56 Mülheim	18.05.25	Wesel
24,43	Tophoven, Cäcilie	69	TSV 95/10 Nieukerk	20.05.04	Kevelaer
24,41	Willemsen, Walburga	69	TSV 95/10 Nieukerk	09.10.04	Kerken
23,78	Heppner, Nicole	71	TV Wanheimerort	09.09.06	Duisburg
22,18	Fuchs, Nadine	84	SuS 09 Dinslaken	12.08.22	Dinslaken
18,98	Pohl, Bianka	67	TV Wanheimerort	29.09.02	Duisburg
18,30	Lindau, Anke	63	TV Eppinghofen	09.10.00	Mülheim
17,45	Lubojanski, Kerstin	69	TV Wanheimerort	02.09.05	Duisburg
16,96	Niesner, Melanie	85	DJK SG Tackenberg	03.10.20	Oberhausen
15,53	Tagbo, Yvonne	79	OSC Rheinhausen	20.06.15	Oberhausen
14,07	Sommer, Annette	66	TV Wanheimerort	25.09.04	Duisburg
12,06	Osterhans-Przbowski, Viola	65	TV Wanheimerort	25.09.04	Duisburg

Gewichtwurf 9,08 kg

8,62	Tiensch, Stefanie	79	Weseler TV	14.11.15	Leichlingen
------	-------------------	----	------------	----------	-------------

Fünfkampf

100m, Hoch, Kugel (4kg), Weit, 800m

ausgetragen seit 1996

Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)

1.760	Heppner, Nicole	71	TV Wanheimerort	09.09.06	Duisburg
1.834	14,2-1,16-06,15-4,16-3:04,8				
1.428	Pohl, Bianka	67	TV Wanheimerort	09.09.06	Duisburg
1.494	15,7-1,24-06,81-3,37-3:14,0				

Siebenkampf

100m Hü (84cm - 8,50m), Hoch, Kugel (4 kg), 200m
 Weit, Speer (600g, seit 1999), 800m
 ausgetragen seit 1999

Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)

4.086	Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	15./16.06.00	Duisburg
4.229	14,8 - 1,48 - 9,84 - 27,6 5,29 - 28,01 - 2:55,3				
3.020	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	06./07.05.23	Sonsbeck
3.130	17,60 (-1,4) - 1,36 - 7,84 - 30,83 (-0,8) 4,72 (-0,8) - 19,67 - 2:52,59				

Wurf-Fünfkampf

Hammer (4,00 kg) - Kugel (4,00 kg) - Diskus (1,0 kg) - Speer (600 g) - Gewicht (9,08 kg)
 ausgetragen seit 1994

Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)

3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

2.083	Tielsch, Stefanie	79	Weseler TV	14.11.15	Leichlingen
2.158	24,02 - 9,00 - 28,36 - 33,71 - 8,62				
2.394					

Historische und selten ausgetragene Disziplinen

1000 m

3:09,0	Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	11.09.90	Ratingen
3:22,20	Hesselmann, Rita	55	SuS 09 Dinslaken	02.06.92	Wesel

25 km Straße**Meisterschaftswettbewerb von 1977 bis 1987**

1:44:13	Böttcher, Angelika	49	Eintracht 48 Duisburg	31.05.87	Oberhausen
1:45:24	Boland, Krimhilde	46	GW Flüren	04.04.81	Neumünster
1:47:53	Koop, Maria	44	LG Hünxe	25.09.82	Wesel
1:49:04	Telaak, Christa	40	GW Flüren	02.11.80	Bottrop
1:50:13	Jaschek, Rita	46	DJK Adler 07 Bottrop	03.11.85	Bottrop
1:50:46	Hübers, Marion	49	GW Flüren	30.05.78	Sterkrade
1:53:13	Fischöder, Margit	54	FS Rheinkamp	11.10.91	Bottrop
1:55:00	Kroiher, Trudy	46	Marathon Dinslaken	08.11.81	Bottrop
1:57:26	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	31.05.87	Oberhausen
1:57:27	Hesselmann, Rita	55	SuS 09 Dinslaken	09.02.92	Herten-Bertlich

25 km Straße Mannschaft

5:56:01	Marathon Dinslaken			08.11.81	Bottrop
	Stellmacher, Johanna	38	1:54:50		
	Kroiher, Trudy	46	1:55:00		
	Vössing, Hedy	37	2:06:11		
6:12:22	FS Rheinkamp			04.11.90	Bottrop
	Scholz, Dagmar	43	1:57:25		
	Fischöder, Margit	54	1:57:37		
	Schuster, Regina	55	2:17:20		
6:22:42	Styrumer TV			04.11.79	Bottrop
	Wollenberger, Waltraud	35	1:48:00		
	Menzel, Erika	40			
	Hackmann, Renate	34			
6:52:48	SuS 09 Dinslaken			04.11.84	Bottrop
	Beckmann, Brigitte	48	2:13:01		
	Vössing, Hedy	37	2:18:59		
	Reiter, Ulla	42	2:20:48		

80 m Hürden**8 Hürden - 76,2 cm hoch - 12,00 m Anlauf - 8,00 m Abstand - 12,00 m Auslauf
ausgetragen bis 1968**

13,1	Schwarz, Ursula	20	Duisburg 48/99	01.06.58	Duisburg
------	-----------------	----	----------------	----------	----------

Speerwurf 600 g**ausgetragen bis 31.03.1991**

37,60	Dengel, Waltraud	32	VfL Hüttenheim	04.06.67	Duisburg
30,74	Beier, Angela	50	Alem. Kamp	04.07.87	Dinslaken
28,78	Henka, Heidi	54	Alem. Kamp	11.05.90	Kamp
28,20	Eisenhut, Hildegard	43	Styrumer TV	22.05.81	Mülheim
27,38	de Haan, Edeltarud	50	LAC Oberhausen	17.09.87	Oberhausen
25,76	Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	12.03.83	Mülheim
25,36	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	06.10.90	Duisburg
18,32	Ritosek, Ingrid	33	LG Kamp-Lintfort	20.03.70	Kamp
17,10	Paternak, Gudrun	50	LG Hünxe	25.05.89	Gelsenkirchen
15,08	Wehmeyer, Gisela	47	Alem. Kamp	15.10.83	Kamp

Historische und selten ausgetragene Disziplinen

Speerwurf 600 g

ausgetragen von 01.04.1991 bis 31.12.1998

28,34	Henka, Heidi	54	Alem. Kamp	31.08.91	Kamp
26,96	Stiller, Esther	62	Moerser TV	11.06.98	Kevelaer
25,85	Wirges, Annelie	62	TV Wanheimerort	21.08.98	Duisburg
25,70	Lindau, Anke	63	TV Eppinghofen	25.04.98	Mülheim
23,15	Haardt, Marita	62	TV Wanheimerort	21.08.98	Duisburg
22,20	Speckert, Martina	60	Moerser TV	18.04.98	Mülheim
21,03	Dohnt, Sabine	62	Moerser TV	18.04.98	Mülheim
20,62	Wiele, Birgit	62	TV Wanheimerort	19.06.98	Wesel
19,98	Schurig, Angelika	53	TG 56 Mülheim	16.06.91	Erkelenz
19,12	Theuerkauf, Monika	57	DJK Tackenberg	08.03.92	Dinslaken

Fünfkampf

Kugel (4kg), Hoch, 200m, 80m Hü (76,2cm - 8,00m), Weit

ausgetragen von 1950 bis 1960 von 1961 bis 1968 in anderer Reihenfolge

Wertung von 1955

2.964	Schwarz, Ursel	20	Duisburg 48/99	17.07.55	Duisburg
-------	----------------	----	----------------	----------	----------

Achtkampf

100m, Diskus (1 kg), Weit, Speer (600g, bis 31.03.1991)

100m Hü (84cm - 8,50m), Kugel (4 kg), Hoch, 800m

ausgetragen von 1972 bis 1977

Wertung von 1972

3.225	Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	25/26.09.76	Kamp-Lintfort
	14,7 - 23,64 - 3,98 - 20,76				
	21,3 - 10,23 - 1,27 - 3:18,1				